

“NAD+”注射走红社交平台 定价不菲效果反应不一 单次上千元的“营养针”靠谱吗？

近段时间，一种被称为“NAD+”的注射项目在社交平台走红。尽管单次收费上千元，但仍吸引了不少消费者踊跃尝试。至于注射的效果，有人称“像给身体充电”，也有人直言“打了没感觉”“感觉心跳加速”。这种面向健康人群的注射靠谱吗？记者进行了探访——

现象

修复“身体短板” “营养点滴”走红

最近，30岁的互联网行业从业者周女士感觉身体疲惫、体力下降，有朋友向她推荐了一款NAD+营养点滴，声称可以帮助恢复体能、改善亚健康状态。

周女士查询发现，在小红书等社交媒体上，关于NAD+营养点滴的推广内容真不少。“明星同款NAD+”“NAD+就像充电”“能量激活、精力提升、延缓衰老”……这样的文案，再配上顾客在诊室内打点滴的照片，看上去颇具吸引力。

记者浏览发现，这些医疗机构在功效表述上极尽所能，瞄准的都是上班族渴望改善的“身体短板”。“打一次和打三个月，所感受到的效果非常不同”“3至29天，可以精力充沛，提升深度睡眠；30至60天，脑疲劳消失，记忆力、专注力提升，免疫力提升，新陈代谢加快，助力减肥；61至90天，长寿基因

Sirtuins 家族表达提升，促进DNA修复，皮肤光泽有弹性，精神面貌焕然一新，心血管指标、生殖系统功能改善”……

此外，有的机构宣传时主打抗衰，称“细胞年轻才是真的年轻”，还有机构称对花粉过敏、猫毛过敏“作用显著”。这些宣传内容，精准“对标”社会大众对于抗衰、改善睡眠、提升精力的需求。

然而，在反复浏览这些宣传内容后，周女士也产生了不少疑问。“这些效果都有科学依据吗？是不是营销套路？”她注意到，不同机构对同一项目的定价差异较大，从两千元到五六千元不等，“价格这么高，到底是保健，还是医美？”更让她犹豫的是安全性问题——“打点滴毕竟需要进入血液，产品都来自正规渠道吗？有相关部门认证吗？如果长期使用，会不会对身体产生副作用？”

名词解释

NAD+，全称是烟酰胺腺嘌呤二核苷酸，是人体细胞内重要辅酶，参与能量代谢、DNA修复等。近年来，NAD+从口服营养补充剂逐步进入美容与健康服务场景，一些机构将其与抗衰、修复等需求相结合，包装成“营养点滴”，宣称有促进睡眠、营养大脑、肝胆排毒、卵巢保养乃至赋能细胞能量等功效，推荐给有需求的人群注射使用。



北京NAD+

北京也可以打nad+喽！！

紧致提升 # 美容Spa # 抗衰紧致 # 美容美颜

社交平台截图。

求证

功效查无实据 效果两极分化

“这些机构宣称的功效，并无严格的临床实证。”医药行业业内人士李先生告诉记者，比如宣称治疗卵巢功能早衰的功效，实际相关研究还处于比较早期的阶段。

对于注射后的效果，消费者感受也各不相同。采访中，有消费者告诉记者，打完一次点滴后，感觉“脑子似乎变清楚了”，效果持续了一周多；也有人表示：“打完之后没有感觉

到变化”“打了六次，没有反应”；还有消费者感觉不适，如感觉“心跳加速、面部潮红”“肌肉酸痛，全身冷到发抖”……

NAD+点滴究竟是否靠谱？北京营养师协会理事顾中一介绍，一些小样本人体研究提示，补充某些NAD+前体可能改善特定人群的部分代谢指标。但是，对体重、体脂以及多数心脏问题的改善结论并不一致。对于大众最关心

的“抗衰老”“延长寿命”等功效，还缺少大规模、高质量的临床试验证据。

业内人士李先生则告诉记者，NAD+本身就是人体内存在的物质，针剂就是采用生物发酵技术合成出来的NAD+，少量注射通常不会产生明显副作用。不过，NAD+点滴也不像典型药物那样具有明确的药理活性，“打了不一定有用，但风险仍需进一步评估。”他补充道。

追访

高价令人咋舌 剂量方式“离谱”

记者探访多个平台和医疗机构发现，通常单次50毫克的NAD+静脉输注收费在2000元至5000元不等，购买疗程套餐后单价能略有优惠。在大众点评等平台上，可以直接购买NAD+营养点滴的套餐。其中，一家民营医疗机构出售的“NAD+营养点滴50毫克”，价格为3600元，显示已经售出100多单。

“来打点滴的很多都是附近写字楼的上班族。”东三环一家医美机构的顾问向记者介绍，不少顾客打完点滴后反响不错，表示对改善睡眠、提升精力效果明显，所以会定期前来注射。在她看来，这类项目的定位更接近状态管理而非传统医美。“有些人来打点滴是为了抗疲劳，有些人则是借此改善一下精神状态。”

另一家医疗机构的顾问向记者分享了顾客反馈截图。聊天记录显示，有的顾客表示“效果还挺好，昨天入睡挺快的”“猫毛过敏好像好了”……

“会不会出现不良反应？”面对记者的顾虑，有顾问表示，有些人注射的时候会出现轻微肠胃不适、心跳加速等症状，但一般一到两天就会恢复正常，没有遇到

过严重的反应。

咨询过程中，有机构工作人员表示，预约上门就能输液。也有机构表现得更为审慎，需要消费者提供健康的血检报告，才能开方注射。不过，如果顾客确定要输液，机构可以提供免费血液检测。

记者注意到，大部分医疗机构公开对外提供的，都是一款名为“恩艾地”的国产注射用辅酶I。这款处方药的适应症显示“用于白细胞减少症的治疗以及冠心病、心肌炎的辅助治疗”，并不包括各大机构宣称的各种功效。此外，说明书推荐剂量为每天5毫克肌肉注射，而部分机构实际采用50毫克甚至更高剂量进行静脉输注，剂量和给药方式存在明显差异。

由于国产针剂定价较高，一些消费者将目光投向了未获得国内监管部门批准的舶来品，同等剂量注射一次成本才500多元。

记者在闲鱼平台看到，有卖家出售多款所谓“院线同款”的NAD+针剂，产地包括日本、英国、美国等，品牌各异。其中，一款单支50毫克定价550元的针剂，需要消费者“自行复配100毫升盐水就可以注射使用，保证正品”。

建议

调整生活方式 改善身体状况

记者以普通患者身份咨询了北京某三甲医院的一位主任药师，对方明确表示，不推荐健康群体将NAD+用于静脉注射。“年轻群体如无其他明确疾病诊断，优先推荐

通过每周150分钟有氧运动、规律睡眠、均衡饮食来改善精力，这比补充剂更有效、安全且经济。如精力下降持续存在，建议就医排查甲状腺功能、贫血、维生素D缺乏等常见原因。”

顾中一也建议，可以从改变生活方式入手，来提升体内NAD+水平。

比如，规律运动、避免长期高糖高脂饮食、不过量饮酒、保持均衡膳食；饮食上可适量摄入富含维生素B3（烟酸/烟酰胺）或色氨酸的食物，如禽肉、牛肉、鱼类、坚果和蘑菇等。在顾中一看来，通过调整生活方式来改善健康水平，是更安全、有效且经济的选择。

提醒

健康人群注射 涉嫌违规用药

NAD+治疗药物用于抗衰、提神等保健需求合规吗？长期代理医疗类案件的北京华卫律师事务所律师表示：“在临床治疗中，有时确实存在超适应症用药的情况，但这仅限于疾病

治疗场景。对于健康人群的非治疗需求，不允许超适应症用药。因此，将NAD+注射液超适应症用于健康群体，本质上并不合规。”

聂学指出，部分机构在网上宣称NAD+处方药具有抗衰等保健功效的营销行为，也涉嫌违反广告法的相关规定。

此外，如果机构没有

对顾客问诊开方，直接挂上点滴，也存在违规风险。“医师应当根据医疗、预防或保健的实际需要，严格按照诊疗规范和药品说明书开具处方，经药师审核后由注册护士使用。”聂学提醒，消费者在体验相关项目前，也应主动询问机构资质与产品信息，这是保护自身权益的重要一步。（北京晚报）